ハローワーク 北信地域求人情報　4月分

掲載する情報を「求人情報」のみにしぼり、北信地域一帯の情報を掲載しています。

■有効求人倍率（　）内は前月
全数　　2月　1.08倍（1.17）
うち常用・パート　2月　0.99倍（0.97）
（※臨時・季節職員を除く）

■お問い合わせは
飯山公共職業安定所　TEL 62-8609

職種	求人数	年齢	賃金（万円）	事業内容	就業場所
フロント・清掃等	4	不問	11.6	他に分類されない事業サービス業	野沢温泉村
土木作業員	2	45以下	20.0～28.0	一般土木建築工事業	飯山市
屋根、外壁等の塗り替え工事全般	2	不問	12.0～20.0	塗装工事業	木島平村
製造	3	不問	14.5～20.0	その他の鉄鋼業	飯山市
大型トラック運転手	1	不問	13.0～35.0	一般貨物自動車運送業	飯山市ほか
営業	2	39以下	14.5～20.0	その他の鉄鋼業	飯山市
食肉商品の配達・食肉加工	2	39以下	18.0～20.0	食肉小売業	飯山市ほか
美容師、美容師アシスタント	1	39以下	13.0～18.0	美容業	飯山市
屋根・壁の塗装	3	不問	20.0～27.5	塗装工事業	飯山市
工場作業員	1	39以下	15.0～20.0	製材業、木製品製造業	木島平村
堆肥製造販売業務	1	不問	18.0	他に分類されない非営利的団体	木島平村
ルーム係および業務全般	1	不問	15.6～16.8	旅館、ホテル	野沢温泉村
営業	1	39以下	15.0～20.0	一般土木建築工事業	飯山市
野沢菜漬加工現場作業	1	不問	14.0～16.0	農産保存食料品等製造業	飯山市
プラスチック製品の検査	2	40以下	11.5	工業用プラスチック製品製造業	栄村
デイサービス介護員	1	不問	時給900円	その他の社会福祉等事業	木島平村
キノコ収穫・パッケージ作業員	2	不問	時給800円	その他の食料品製造業	木島平村
調理補助	3	64以下	時給770～900円	他に分類されない事業サービス業	栄村
ブナシメジ生産業務	1	不問	時給700～800円	その他の食料品製造業	飯山市
パソコンの製造	2	不問	自給750円	電子計算機・同附属装置製造業	飯山市
郵便窓口対応等	1	不問	時給720円	郵便局	飯山市
工場内作業	1	不問	時給740円	洗濯業	飯山市
警備員	3	18以上	時給830～900円	警備業	飯山市ほか
宅急便発送作業	2	不問	時給800～900円	一般貨物自動車運送業	飯山市
清掃・宴会他旅館業務全般	2	不問	時給800円	旅館、ホテル	野沢温泉村
接客サービス	2	18以上	時給1000～1250円	遊戯場	飯山市
ナイトフロント業務	1	不問	時給950円	旅館、ホテル	野沢温泉村
厨房、調理補助	2	不問	時給800～1150円	旅館、ホテル	野沢温泉村
貸切バス運転手	1	不問	時給750円	一般乗用旅客自動車運送業	飯山市
介護	4	不問	時給900～950円	老人福祉・介護事業	飯山市

■全国版インターネットサービスのご利用を！

インターネットで日本全国のハローワークの求人情報を下記のアドレスから検索できます。
https://www.hellowork.go.jp

飯山市国際交流員

ユダヤ人の食文化

毎年行われるお祭りの中で、私が一番好きなものは「サンクスギビング（11月）」と「パソバー（日付は毎年違いますが、いつも3月の下旬から4月下旬の間です）」という祭りです。なぜかというと、両日とも、すごく美味しい手作りの食べ物を食べられますから！二つのお祭りの内容は大分違いますが、両方とも食べ物中心のお祭りですので、パソバーを私の家族は「サンクスギビングの二回目」と言います。

実は、ユダヤ人のお祭りでは、食べ物がシンボルとしてとても大切な役割があります。特に、パソバーの時、家族の皆はばらばらの都市から私のおばあさんの家に集まってきます。伝統的な食べ物を作って、食べながらユダヤ人の歴史やパソバーの話を語ります：

何年も前、ユダヤ人はエジプトの王様の奴隷でしたので、毎日とても大変な労働をさせられました。奴隷時代の苦しみを忘れないために、パソバーでは、苦いハーブ（普通はセイヨウワサビ）を食べます。また、建設に働かされたユダヤ人も一杯いましたので、建設用のモルタルのシンボルとして、ハロセット（ハチ蜜をさいの目に切ったリンゴと刻んだナッツ、シナモン、赤ワインなどと混ぜ合わせたジャムみたいな食べ物）も食べます。

当時奴隷だったユダヤ人は人数が多かったので、反抗することを恐れたエジプトの王様は、ユダヤ人の長男を殺してしまうことに決めました。この計画を聞いて神様は非常に怒こり、エジプト人に色んな大厄災を受けさせました。10回の大厄災に苦痛を感じたエジプトの王様は、奴隷を解放して、ユダヤ人はエジプトから脱出することができました。これを記念して行われている大祭りがパソバーです。

脱出の時に、普通の発酵させ膨らませたパンを作る時間はなかったので、変わりにマッツァーという酵母が入っていないクラッカー状のパンを焼きました。そこでパソバーでは毎年マッツァーを食べます。同時に、流した涙を象徴するように、塩水に浸けた野菜も食べます。また、エジプトを出てから、ユダヤ人は苦労して、長い間安全に住める所を探していましたが、結局故郷のイスラエルに着きました。そこで、新しい社会を頑張って作りましたので、新しい生命のシンボルとして、パソバーでは、焼いた卵を食べます。

ユダヤ人にとって、パソバーの伝統的な食べ物は自分の体を健康にするだけではなく、祖先の苦労を知ることのできるものです。パソバーを祝いながら、ユダヤ人の歴史とのつながりを再確認します。

206名のスキー愛好家が集合
2012飯山スキーフェスティバル開催

3月20日　長峰クロスカントリー競技会場

晴天に恵まれた3月20日、毎年恒例の飯山スキーフェスティバルが206名（リレー競技別）もの参加者を集め開催されました。

当日は手作りジャンプ台でのスペシャルジャンプやクロスカントリー競技、毎年恒例の150歳リレーなども行われ、参加者は思い思いにスキーの楽しさを満喫していました。

また今年は、飯山にスキーが伝来して100周年にあたることもあり、市川達譲先生などに扮した参加者もいて、フェスティバルを盛り上げていました。

小学生長野県代表として善戦
スキー全国大会に市内小学生4名が出場

3月19日、20日　北海道歌志内市かもい岳スキー場

3月19日・20日、「ＪＯＣジュニアオリンピックカップ全国スキージュニア競技会兼2012全日本ジュニアスキー選手権大会」が北海道歌志内市かもい岳スキー場で開催され、市内小学校から4名の選手が長野県代表として出場しました。

今回初めて小学生が出場できるクラスが設けられた同大会には、日本全国から出場選手が集まり、市内から出場した小学生も同クラスに中学生も出場するなか、長野県の代表として善戦しました。

市内出場選手

氏名	出身校
村上　新	飯山小
小嶋翔生	泉台小
小林啓将	戸狩小
栗田晃佑	戸狩小

より利用しやすい市役所窓口へ
市民環境課窓口の改善を実施

市役所に訪れた皆さんが、より快適に利用しやすい窓口とするため、庁内検討会議で昨年度より検討されていた窓口改善について、3月19日の業務終了後、その手始めとなる市民環境課窓口の改善作業が行われました。

これまでより市民環境課通路側窓口カウンターを1m50cm下げた改善後の窓口は、市民環境課、税務課の通路が広くなり、お待ちいただくスペースも設けることができました。

庁内検討会議では、今後も利用しやすい窓口業務を目指し、できることから改善していく予定です。

改善前

改善後

「(仮) 飯山ぷらざ」（新市民会館）設計監理者決定
設計監理者選定プロポーザル公開プレゼン開催

3月13日　飯山市民会館

「(仮) 飯山ぷらざ」は、北陸新幹線飯山駅が開業予定の平成27年春をオープン予定としており、現在その準備が進められていますが、その設計監理業務を担当する設計業者を選定するため、3月13日飯山市民会館において「(仮) 飯山ぷらざ」建設設計監理者選定プロポーザルの第2次審査にあたる、公開プレゼンテーションおよびヒアリングが行われました。

公開審査には、全国17社の内、第1次審査を通過した6社がプレゼンテーションに臨み、審査の結果「株式会社隈研吾建築都市設計事務所（東京都）」が選ばれました。

3月下旬には、市内企業枠から「飯山ブロック（株）仲條一級建築士事務所」が選定され、2社による共同企業体が結成されました。今後、市と共同作業を進めるパートナーとして、平成24年度には設計を行い、平成25～27年度までは工事監理業務にあたっていただくこととなります。

新型車量で交流人口増加を
コミュニティバス斑尾線に新車両導入

3月27日　飯山市役所

飯山駅と斑尾高原を結ぶコミュニティバス斑尾線は、車両の老朽化が進んだことから、市が新型車両を導入し、3月27日足立市長出席のもと安全祈願が行われました。

新型車両のデザインは、斑尾高原観光協会が担当し、車両の左右を緑基調と青基調のデザインに分けることで、冬期間と夏期間のシーズンを表した斑尾高原らしい爽やかなデザインとなり、年間を通じた斑尾高原の魅力が表現されています。

また、新型車量は、車両乗降口に車イス用のスロープやドア挟まれ防止の安全装備などが施され、利用する皆さんへの利便性にも配慮されています。

4月から運行を開始した新型車両導入により、斑尾高原への一層の交流人口増加が期待されます。

Eひと発見!

いいひと はっけん #73

仲條（なかじょう） 佳人（よしと） さん　柳原地区

「愛車（バイク）は購入して8年目になるハーレーダビッドソン！」

E（エ）ネルギッシュな
E（イー）ヤマの皆さんを紹介します

飯山陸送株式会社へ勤めて18年が経つ仲條さん。以前から「ダンプに乗りたい」という思いがあり、同社へ就職しました。

担当する仕事は、やはり「大型ダンプの運転手」。普段より「事故を起こさず、人にやさしい運転」を心がけ、各地を駆け回っています。行き先は、市内外を問わず、遠くは県外まで行くこともあるそうです。

休日は、仲間同士で集まって、バイクツーリングへ行くのを楽しみにしているそうで「地元の仲間とちょろっと乗るのが一番楽しみです」と笑顔で話します。いつかは「北海道へテント持参でツーリングをしたいですね」と今後の楽しみも広がります。

その一方、地元や学校関係の役はすでに一通り務めたそうです。特に、公民館の専門部員を務めた時の「富士山への登山」が印象深いようで「息子と一緒に初日の出を見ることができ、一番の思い出ですね」と当時を振り返ります。

会社でも地元でも、活躍している仲條さんです。

いいやまNPOセンターだより

いいやまNPOセンター事務局 ☎・FAX 62-7030

おおぞら自転車クラブの2012主なスケジュール予定

「おおぞら自転車クラブ」は自転車に乗る楽しみや、北信州の自然景観、地域文化をもっと多くの市民やサイクリストに知ってもらおうと、のんびり走るサイクリングからヒルクライム、ロングライドなどを企画実施しています。

代表松山さんより、活動についてお聞きしました。

昨年は長野県北部地震で被災した栄村の支援活動の一環として「自転車ノリはチャリTだ！」と言う事で「がんばろう栄村Tシャツ」を製作しました。このTシャツは自転車仲間の範囲を越えて、主旨に共感いただいた方々から多くの賛同をいただきTシャツの売り上げの一部を支援金として栄村に届けることができました。

そんな活動も1つのきっかけとなり、昨年からはクラブ間同士の交流がとても活発になりました。「クラブ合流走行会」とでも言いましょうか、そんな輪が広がり始めて「自転車の2つの輪は人と人とをつなげる輪と和のようだ！」と感じて、とても喜んでいます。今年もそんな輪と和が少しでも広がり多くの人達との出会いと、そして友好的で楽しい活動ができたらいいなと思っています。

2012年のイベント開催日についてはまだ未確定なイベントも含まれていますが、シーズン始めなので一応の目安として記載しております。この他にもクラブ員の希望によりブログ、ホームページ、ツイッター等で呼びかけて走っています。

■**4月29日**　高遠城址公園お桜見サイクリング
■**4月8日**　菜の花公園と北竜湖そして樽滝（たるたき）サイクリング
■**6月3日**　第6回木島平村カヤノ平高原ヒルクライム
■**7月8日**　第8回野沢温泉上ノ平高原ヒルクライム
■**7月29日**　第5回しぶ峠ヒルクライム
■**9月9日**　第3回信越五高原ロングライド125㌔メートルにはコース設定と走るスタッフとして全面協力
■**9月23日**　第6回北信州山並み秘境ライド120㌔メートル

おおぞら自転車クラブ
HP：http://www.e-shinshu.com/cycle-life/
blog：http://oozora.naganoblog.jp/
twitter：@oorinrin
Facebook：おおぞら自転車クラブ
代表：りんりん太郎 松山参治
下記もご覧ください。
http://www.e-shinshu.com/cycle-life/2012/2012-schedule.html

健康メモ

春の新生活でストレスをためないために

新年度が始まる4月は、新しい生活が始まり、喜びや希望に満ちる時季である反面、新しい仕事や人間関係でストレスを受けやすくなる季節です。生活が落ち着いた頃に、疲れが一度に出てしまうこともありますので、無理をしないで新しい生活に慣れていくことが大切です。

ストレスを受けやすい春を乗り切るためのポイント

①睡眠を充分にとる
人それぞれに適した睡眠時間があり、8時間睡眠にこだわる必要はありません。日中眠気がなく、気力の充実した状態で生活できれば、睡眠時間が足りているといえます。毎朝決まった時刻に起き、起床後はしっかり日光を浴びることが夜の快適な睡眠につながります。

②朝食をしっかり食べる
体は、朝食を摂ることで活動を始め、脳が活性化します。朝食を摂らないと、「気持ちが集中できない」「やる気が出ない」「イライラすることが多い」などで、ストレスが溜まりやすくなってしまいます。朝食を摂ることにより、一日の良いスタートがきれます。

③体を動かす
適度な運動をすることで、満足感や開放感、リフレッシュ効果が得られます。春の植物や景色を観ながら散歩するだけでも、心身を良い状態に整えやすくなります。

④親しい人たちのつながりを大切に
ストレスは、親しい人に話を聴いてもらったり、声をかけてもらうだけでも緩和されます。家庭や職場で明るく声をかけ合い、新しい生活を過ごしましょう。

※ストレスとは、外から受けた刺激で、心と体が反応を起こすことを示し、ときには体調を崩すこともあります。体の疲れだけでなく、精神的な緊張もストレスになります。

【保健師　田中由美子】

国民健康保険

シリーズ258

就職、退職などで保険証が変わる時は届出を

国民健康保険をやめるとき

就職し、社会保険または建設国保などの保険組合に加入した場合やその扶養になったときは、国民健康保険をやめる届出が必要となります。

▽持ち物：印鑑、社会保険などに加入したことがわかるもの（新しい保険証）、国民健康保険の保険証

国民健康保険に加入するとき

勤め先を退職して社会保険などをやめた場合やその扶養から抜けたときには、国民健康保険への加入の届出が必要となります。

この場合、国民健康保険税は届出をした日ではなく、社会保険などをやめた日にさかのぼって納めることになりますので、早めに届出をお願いします。

▽持ち物：印鑑、社会保険などをやめた日のわかるもの、届出にこられる方の運転免許証など本人確認できるもの

届出先

いずれも市役所市民環境課窓口です。会社では手続きができません。

市民環境課 国保年金係
☎62-3111
内線153・154

予防接種 乳幼児健診　5月

☆会場はいずれも飯山市保健センターです☆
（☎62－3111　内線630）

乳幼児健診・離乳食教室
受付時間・・・午後1時～1時45分
◇4か月児　5月 9 日(水) 平成23年 12月生まれ
◇10か月児　5月 16 日(水) 平成23年 6月生まれ
◇1歳半　5月 23 日(水) 平成22年 10月生まれ
◇2歳児　5月 14 日(月) 平成22年 4月生まれ
◇3歳児　5月 30 日(水) 平成21年 4月生まれ
※平成24年4月より3歳児健診において、視能訓練士による視力検査が始まります。
忘れずに3歳児健診にお越しください。

◇もぐもぐ離乳食教室
時間・・・午後2時～3時30分
5月17日（木）　平成23年12月生まれ
◇かみかみ離乳食教室
時間・・・午前10時～11時30分
5月23日（水）　平成23年6月生まれ

予防接種
受付時間・・・午後1時15分～2時
持ち物・・・母子健康手帳、予診票

◇**麻しん風しん混合**
（すでに麻しんまたは風しんにかかったことのあるお子さんも接種できますが、両方かかったことが明らかな場合接種の必要はありません）
・接種日および対象地区
5月10日（木）　全地区
①第1期…1歳～2歳になるまでに麻しん風しん混合ワクチンを1回接種
②第2期…5歳～7歳未満で小学校就学前1年の間(保育園の年長児）に混合ワクチンを1回接種
※接種後4週間は他の予防接種はできません

◇**三種混合**
・接種日および対象地区
5月15日（火）　全地区
①1期初回…3か月～6歳半になるまでに3～8週間隔で3回接種（2歳になるまでが望ましい）
②1期追加…1期初回の3回接種日から1年～1年半後に1回接種（7歳半になるまでに）
※接種後1週間は他の予防接種はできません

◇**BCG**
・接種日および対象地区
5月24日（木）　全地区
3か月～6か月になるまでに1回接種
※接種後4週間は他の予防接種はできません

木島平村　5月8日「幻の滝」樽滝

この滝は、水力発電所の余水をがけから落としたのが始まりで、余水がなくなった今では、近くの神社で5月8日に行われる例大祭にあわせて、年に1回放流することから「幻の滝」を呼ばれるようになりました。また、近頃は「幸福（しあわせ）の滝」とも呼ばれ、若いカップルが大勢訪れています。当日は、樽滝の落水に合わせて、特産品の販売やイベントも開催されます。

■日　時　5月8日（火）午前8時30分～午後4時
■場　所　木島平村糠千地区付近（国道403号線沿い）
■問合せ　木島平村観光協会　☎ 82-2800

※ 周辺に駐車場がありませんので、係員の指示に従ってください。

野沢温泉村　「ねんりんこどもまつり」今年も開催！

ゴールデンウィークの5月3日・4日・5日、村の駅「ねんりん」でこどもまつりを開催します。毎年好評の残雪を利用した「そりすべりコーナー」を今年も計画しています。

この他、くじ引き・わた菓子・たこ焼き・やきとり等出店も多数出店。また地元の皆さんによる特産物の販売もありますのでどうぞお出かけください。

■問い合わせ　村の駅 ふるさと物産センターねんりん　☎ 85-4441

栄村　全国からの支援に感謝して御礼状を発送しました

3月5日（月）～9日（金）、震災後に全国から寄せられたたくさんの義援金、ご支援への感謝を伝える御礼状の発送作業が行われました。

御礼状には、栄中学生や村民の皆さんに描いていただいた絵手紙をまとめたリーフレットなどが同封され、1万名を超える皆さんに発送されました。

なお、この作業には村民の皆さんや栄村復興支援機構『結い』の皆さんからボランティアとしてご協力いただきました。

防災ナビ　第73回　シーズン後の電気暖房器は片付け前に点検を！

長年ご使用の電気暖房器（電気毛布、電気ミニマット、電気カーペット）において、経年劣化が原因の火災事故が起きています。

火災事故を未然に防ぐため、日頃から製品とその周辺をチェックをしましょう。

片付けポイント

▶コードを強く巻きつけないでください。
▶操作部に重いものを乗せないでください。
▶取扱説明書に基づき正しく収納してください。

チェックするポイント

（電気毛布、電気ミニマット、電気カーペット）

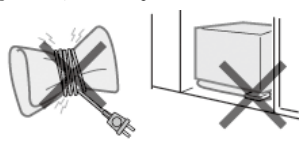
コントローラーの本体と付け根、電源コードの根元は要チェック！

▶使用していた際、電源コードやコントローラーが熱かったり、臭いがありませんか？
　また、電源コードの根元やコントローラーおよびその付け根も確認してください。

ヒーター線を傷つけない

▶表面に傷や破れがあったり、内部が露出してヒーター線が見えたりしていませんか？

次のような異常がないか確認を

▶表面が、熱により部分的に変色していることはありませんか？
▶ヒーター線に重なり、ループ状、使用上による折り癖などはありませんか？

お問い合わせ

電気暖房器に少しでも異変を感じたら、直ちに使用を中止し、販売店または一般社団法人日本電機工業会の会員会社に相談ください。

詳しくは、日本電機工業会のホームページ（http://www.jema-net.or.jp/）をご覧ください。

出典：一般社団法人日本電機工業会「暖房器具　安全点検・使用」啓発チラシより

Data file

記事の訂正について
市報3月号の「飯山市の人口と世帯」男性欄の（）内減少数を（－156）から（－15）に訂正いたします。

岳北消防本部 出動回数【3月】

	飯山市	木島平	野沢温泉	栄	応援協定区域	管轄外	計
火災	0	0	0	0	0	0	0件
救助	4	0	1	0	0	0	4件
救急	102	24	27	10	2	0	165件

今月の標語：火の始末　満点だけが　合格点

飯山市内の交通事故件数（1月から累計）

	事故発生件数	死者	傷者
3月末	35	0	47
前年同期	23	1	31

今月の標語：自転車も　安全速度と　気配りを

エコパーク寒川 ごみ処理量

	燃えるごみ	燃えないごみ	計	プラスチック
3月	425㌧	36㌧	460㌧	15㌧
前年同月比	105%	100%	104%	96%

春はごみが増える時期です。正しい分別を心がけ、ごみ減量に努めましょう。
また、5月は古着の回収月です。忘れずに出しましょう。

飯山市の気象【3月】

平均気温	1.5℃（-0.6℃）
最高平均気温	6.4℃（-0.9℃）
最低平均気温	-3.2℃（-0.4℃）
日照時間月計	118.6時間（89%）
降水量月計	116mm（115%）

※データは長野地域気象観測月報による。観測地点は飯山地域気象観測所（小沼）。（ ）内は平年比。

飯山市の人口と世帯（3月31日現在）

総人口	男	女	世帯数
23,619人（－99人）	11,506人（－39人）	12,113人（－60人）	8,106（－9）

出生：12人　死亡：34人　転入：110人　転出：187人

（ ）内は前月との増減。住民基本台帳による

利融通情報　不用品の交換

◆**譲ります（無料）**
☞トランク②　☞子供用フランスベッド②　☞介護ベッド①
☞収納庫①　☞卓上食器棚①　☞指圧ローラー①
☞ローボード①　☞ラック①　☞オーディオラック①
☞学習机①　☞犬小屋（小型犬用）①　☞座椅子②
☞たんす（中）①　☞本棚②　☞電動昇降座椅子①

◆**譲ります（有料）**
☞高齢者用電動カート①

◆**譲ってください（無料）**
☞デジタルテレビ（壊れていても可）①　☞灯油式風呂釜①

◆**譲ってください（有料でも可）**
☞業務用大型ストーブ①　☞ベビーベッド①

※希望される方は、市民環境課生活環境係（☎ 62-3111 内線192）までご連絡ください（掲載期間は6か月間です）。掲載の品物の登録者をご紹介しますので、当事者間で交渉をしてください。なお、品物の引き渡しに生じた問題は当事者間で解決してください。

市ホームページでも写真入りで掲載しています。

こくみん年金　シリーズ360

退職（失業）による保険料の特例免除制度があります

厚生年金や共済組合に加入していた方が20歳以上60歳未満で退職（失業）すると、国民年金の第1号被保険者になるため、手続きを行い国民年金保険料を納める必要があります。

特例免除制度の利用

国民年金保険料を納めることが経済的に困難な方には、申請によって納付を免除できる制度があります。免除の申請をする年度またはその前年度に退職（失業）した方は、「特例免除制度」を利用できます。

この特例免除では、通常は審査の対象となる本人の所得の状況を除外して審査が行われます。ただし、配偶者、世帯主に一定以上の所得があるときは免除が認められないことがあります。

なお、免除された期間については、10年以内に「追納」をして、老齢基礎年金の年金額を増やすこともできます。
※退職には自己都合退職も含まれます。

申請の手続き

「国民年金保険料免除申請書」を提出（郵送可）していただく必要がありますので、①年金手帳または納付書など基礎年金番号がわかるもの、②印鑑、③失業していることを確認できる公的機関の証明（雇用保険受給資格者証、離職票など）を用意し、市役所市民環境課国保年金係の窓口で手続きをお願いします。

被扶養配偶者の方

厚生年金等加入者の20歳以上60歳未満の被扶養配偶者の方は、配偶者の退職（失業）により、国民年金の種別が、第3号被保険者から第1号被保険者に変わるため、保険料の納付義務が生じます。

この被扶養配偶者だった方も、配偶者の方が右の退職（失業）時の特例免除に該当すれば、同時に免除申請をすることによって、免除が認められることになっています。

長野北年金事務所の出張年金相談

相談日　4月26日(木)、5月24日(木)
時間　午前10時～12時、午後1時～3時
場所　飯山商工会議所

情報カレンダー　5月

5月5日からの一週間は、子どもや家庭、子どもの健やかな成長について国民全体で考える児童福祉週間です。

『ニコニコは　「なかよくしよう」の　あいずだよ』

日	曜	行事
1	火	
2	水	火葬場休み
3	木	第29回いいやま菜の花まつり（5日まで・23ページ参照） 戸狩温泉春まつり（5日まで） 菜の花渡し舟（6日まで）
4	金	第9回いいやま菜の花ゲートボール大会　多目的グラウンド（5日まで）
5	土	第67回国体高水大会　市営野球場（6日まで）
6	日	
7	月	マレットゴルフ コースオープン初打ち大会　長峰マレットゴルフ場
8	火	火葬場休み
9	水	健康相談日　9時30分～11時　保健センター
10	木	
11	金	第33回飯山市夜間ソフトボール大会　多目的グラウンド
12	土	2012飯山市生涯野球ナイターリーグ　市営野球場 第71回県議杯少年野球大会　多目的グラウンド（13日まで）
13	日	とみくら山菜まつり　午前8時～　富倉地区活性化センター
14	月	火葬場休み
15	火	
16	水	

◇心配ごと相談　毎週水曜日　午前9時から12時　飯山市福祉センター
◇人権福祉総合相談　月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時 いいやま人権福祉センター
◇家庭児童相談・教育相談　月～金曜日（祝日除く）　教育委員会事務局 家庭児童・教育相談室（市役所1階）
◇女性相談 月～金曜日（祝日除く） 人権政策課男女共同参画係（相談専用電話番号 080（1080）9924）

お知らせ

飯山市役所
62-3111

自動車税の納税はお早目に！

北信地方事務所税務課　管理係
☎0269㉓0204

自動車税の納期限は5月31日㈭

長野県では、毎年4月1日現在長野運輸支局に登録されている自動車の所有者（使用者）の方へ、5月上旬に自動車税納税通知書をお送りしています。

お手元に届きましたら、納期限までに、全国のコンビニエンスストア、最寄りの金融機関、郵便局等または地方事務所税務課の窓口で納付してください。詳しくは納税通知書をご覧ください。

なお、転居等で納税通知書が届かない方は、お手数ですが、お早目に地方事務所税務課までご連絡をお願いします。

減免について

身体障害者手帳等をお持ちの方が所有する自動車で、一定の要件に該当する場合は、自動車税が減免されますので、5月24日㈭までに、地方事務所税務課へ申請してください。

県税についてのお問い合せ先
中野市壁田955
北信地方事務所税務課
☎0269㉓0204

海上保安学校学生採用試験

第九管区海上保安本部総務部 人事課
☎0120（444）576

受付期間
▽インターネット
4月2日㈪9時～4月9日㈪
※申し込み専用アドレス
http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html
▽郵送・持参
4月6日㈮～4月11日㈬

採用予定数　船舶運行システム課程　約190名

受験資格
①平成24年4月1日において高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して6年を経過していない方および平成24年9月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの方
②高等専門学校の第3学年の課程を修了した方であって、平成24年4月1日において当該課程を修了した日の翌日から起算して6年を経過していない方など人事院が①に掲げる方と同等の資格があると認める方

第1次試験日　5月20日㈰

身分および給与　入校（平成24年10月上旬）と同時に国家公務員となり、在学中は月額14万100円（平成23年12月1日現在）が支給されます。

河川愛護モニター募集

千曲川河川事務所 占用調整課
☎026（227）7768

応募資格　満20歳以上で、千曲川・犀川に接する機会が多く、河川愛護に関心をお持ちの方。
業務内容　千曲川・犀川に関する意見、モニター自身の河川愛護に関する活動の報告や地域のイベントなどの情報、その他を最低月1回報告していただく仕事です。
任期　平成24年7月1日から平成25年6月30日まで
募集人員　若干名
報酬　月額4580円
応募締切　5月18日㈮
応募方法　官製はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、「河川愛護モニター応募用紙希望」と書き込み、次の応募先へ郵送してください。折り返し、応募用紙と募集についての詳しい説明書を郵送します。
応募先　〒380-0903
長野市鶴賀字峰村74番地
国土交通省 千曲川河川事務所
占用調整課「河川愛護モニター募集」係

交通事故無料巡回相談
をご利用ください
場所　北信地方事務所
☎026－22－3111
相談日　5月、7月、9月、11月、25年1月、3月の第3木曜日
相談時間　10時～15時
※相談無料、秘密は厳守します。

献血のお知らせ

日時　4月29日（日）午前9時30分～11時30分、午後1時～4時
場所　飯山市民会館
お問い合わせ　飯山ライオンズクラブ（事務局☎62－0408）

日	曜	行事
17	木	交通事故無料巡回相談　10時～15時　北信地方事務所 第20回飯山市長杯マレットゴルフ大会　長峰マレットゴルフ場
18	金	第27回飯山市ゲートボール選手権大会　多目的グラウンド
19	土	飯山都市計画の変更（案）に関する公聴会（10ページ参照）
20	日	第42回飯山市長杯争奪バレーボール大会（中学生の部） 第36回飯山市ジュニア陸上競技大会　多目的グラウンド 火葬場休み
21	月	総合相談　9時～15時　飯山市福祉センター
22	火	第8回いいやまアンチエイジング&メタボ対策研究会 講演会 研究テーマ「発酵食品」　18時30分～20時　飯山市民会館
23	水	
24	木	出張年金相談　10時～12時、13時～15時　商工会議所
25	金	廃食用油の回収　9時～11時　市役所西側車庫（克雪センター前） 火葬場休み
26	土	飯山市水防訓練　河川敷Bグラウンド付近 第20回みゆき野中学生野球大会　市営野球場・多目的グラウンド
27	日	第15回みゆき野杯家庭婦人バレーボール大会　市民体育館 飯山市ミックスダブルスソフトテニス大会　市営庭球場
28	月	
29	火	
30	水	
31	木	火葬場休み
6/1	金	

◇斑尾高原絵本美術館　午前9時30分～午後6時（入館受付は午後5時30分まで）　☎64 2807
◇人権常設相談所　毎週月・水曜日 午前9時～12時（祝日除く）　法務局飯山支局　☎62 2302

5月の税金など（納期限は5月31日）

項目	期
・軽自動車税	全期
・介護保険料	2期
・上水区域上下水道使用料	3・4月分
・保育料	5月分
・CATV・インターネット使用料	5月分

口座振替日　5月28日

土曜日の証明窓口

【発行日】毎週土曜日
（ただし祝日を除く）
【受付時間】午前8時30分～12時
【発行できる証明の種類】
・住民票の写し　・戸籍の謄・抄本
・印鑑登録証明書　・年金現況証明
【窓口】市役所1階 市民環境課窓口

総合相談

婦人相談や、人権・家庭・相談、行政相談、経営法律相談など無料でご相談いただけます。
【相談日】5月21日（月）
【時　間】午前9時～午後3時
（弁護士による無料法律相談、経営法律相談もあります）
【会　場】飯山市福祉センター
お問い合わせは
社会福祉協議会　☎62－2840まで

震災に関する電話無料相談窓口の変更のお知らせ

長野県司法書士会
☎026（232）7492

長野県司法書士会では、被災者の心配ごとや法律上の問題などの相談を受け付ける「復興サポートダイヤルながの」を設置して活動をしてきましたが、4月1日より、各種無料電話無料相談窓口に変更しますのでお知らせします。

登記・相続110番
▽月～金曜日　正午～午後3時
☎026（232）9110

クレジット・サラ金・悪質商法110番
▽月～金曜日 正午～午後3時
☎026（233）4110

日替わり110番
▽月曜日
・企業法務（第1、3、5月曜日）
・労働（第2、4月曜日）
▽火曜日　借地借家（毎週）
▽水曜日　夫婦・親子（毎週）
▽木曜日　成年後見（毎週）
▽金曜日　小額トラブル（毎週）
・時間はいずれも正午～午後3時
☎026（232）2110
※右記の相談窓口は、土日祝祭日、8月14日～16日、12月29日～1月3日を除きます。

小学生～高校生のための夏休み海外派遣 参加者募集

㈶国際青少年研修協会
☎03（6459）4661

体験を通して、お互いの理解や交流を深め、国際性を養うことを目的に夏休み海外派遣事業を実施します。

日程　7月26日㈭～8月14日㈫のうち、8～18日間（事業により異なります）
内容　ホームステイ、ボランティア、文化交流、学校体験、英語研修、地域見学など
派遣先　米国、英国、豪州、カナダ、シンガポールなど
対象　小学校3年生～高校3年生の方まで
説明会　全国14都市、5月下旬（入場無料・予約不要）
締切　6月1日㈮（事業によっては6月11日㈪）
お問い合わせ・資料請求
㈶国際青少年研修協会
http://www.kskk.or.jp/

第29回 いいやま菜の花まつり

いいやま菜の花まつり実行委員会事務局（農林課内）　☎62-3111 内線263

□**開催日**　5月3日㈭～5日㈯
□**会　場**　飯山市菜の花公園
□**イベント**
菜の花フォークライブ、朧月夜音楽祭、
子どもの日イベント、菜の花太鼓フェス　ほか

菜の花の渡し舟
菜の花公園と千曲川対岸の菜の花畑を結びます。
【運行期間】5/3～5/6
【運行時間】9:00～16:00